

Per il nuovo venuto



Per il nuovo venuto

Traduzione della letteratura approvata dalla Fratellanza di NA.

Copyright © 1987, 1994, 1996 by

Narcotics Anonymous World Services, Inc.

Tutti i diritti riservati.

NA è una fratellanza o associazione senza fini di lucro, composta da donne e uomini per i quali le droghe erano divenute il problema principale. Noi siamo dipendenti che recuperano e si incontrano regolarmente per aiutarsi l'un l'altro a rimanere puliti. Non ci sono quote da pagare. Il solo requisito per essere membri è il desiderio di smettere di usare.

Non è necessario che tu sia astinente quando arrivi qui, ma dopo la tua prima riunione, ti suggeriamo di continuare a tornare e di tornare senza aver usato. Non devi aspettare un'overdose o un ordine di carcerazione per ricevere aiuto da NA. La dipendenza non è una condizione senza speranza dalla quale non ci si possa recuperare. Con l'aiuto del programma dei Dodici Passi di Narcotici Anonimi e della fratellanza dei dipendenti in recupero è possibile superare il desiderio di usare droghe.

La dipendenza è una malattia che può avere chiunque. Alcuni di noi usavano droghe per esaltarsi, mentre altri le hanno usate per sopprimere le emozioni che provavano. Altri ancora soffrivano di disturbi fisici e mentali, e si ritrovarono dipendenti dai farmaci prescritti quand'erano malati. Alcuni di noi si sono drogati qualche volta, in compagnia, solo per non sentirsi da meno, scoprendo in seguito che non riuscivano a smettere.

Molti di noi hanno provato a vincere la dipendenza e qualche volta hanno sperimentato una tregua temporanea, ma a questa di solito seguiva un coinvolgimento peggiore del precedente.

Quali siano state le circostanze in verità non è rilevante. La dipendenza è una malattia progressiva, come lo è il diabete. Noi siamo allergici alle droghe e i risultati sono sempre gli stessi: prigionia, ospedali, morte. Se la tua vita è divenuta incontrollabile e se vuoi vivere senza la necessità di usare droghe, noi abbiamo trovato un modo. Qui ci sono i Dodici Passi di Narcotici Anonimi che usiamo per vincere giornalmente la nostra malattia.

1. Abbiamo ammesso di essere impotenti sulla nostra dipendenza, e che la nostra vita era divenuta ingovernabile.
 2. Siamo giunti a credere che un Potere più grande di noi stessi avrebbe potuto riportarci alla ragione.
 3. Abbiamo preso la decisione di affidare la nostra volontà e la nostra vita alla cura di un Dio, *come noi possiamo concepirLo*.
 4. Abbiamo fatto un profondo e coraggioso inventario morale di noi stessi.
 5. Abbiamo ammesso a Dio, a noi stessi e a un altro essere umano la natura esatta dei nostri torti.
 6. Ci siamo resi totalmente disponibili a lasciare che Dio eliminasse tutti questi difetti di carattere.
 7. Gli abbiamo umilmente chiesto di liberarci dalle nostre insufficienze.
 8. Abbiamo fatto un elenco di tutte le persone che abbiamo leso e abbiamo deciso di fare ammenda verso tutte loro.
 9. Abbiamo fatto direttamente ammenda verso tali persone in tutti i casi possibili, tranne quando avrebbe potuto danneggiare loro o altri.
 10. Abbiamo continuato a fare il nostro inventario personale e quando ci siamo trovati in torto lo abbiamo subito ammesso.
 11. Abbiamo cercato, attraverso la preghiera e la meditazione, di migliorare il nostro contatto cosciente con Dio, *come noi possiamo concepirLo*, pregando solo di farci comprendere la Sua volontà nei nostri riguardi e di darci la forza di seguirla.
 12. Avendo ottenuto un risveglio spirituale come risultato di questi passi, abbiamo cercato di trasmettere il messaggio ad altri dipendenti e di mettere in pratica questi principi in tutti i campi della nostra vita.
- Il recupero non si limita al rimanere puliti. Astenendoci da tutte le droghe (eh sì! questo include anche alcol e marijuana) ci troviamo di fronte a quelle emozioni che non avevamo mai affrontato con successo. Viviamo

persino sentimenti che in passato non eravamo in grado di provare. Dobbiamo riuscire ad affrontare le vecchie e le nuove emozioni così come si presentano.

Impariamo a vivere i sentimenti e ci rendiamo conto che se non li manipoliamo non possono farci del male. Se proviamo emozioni che non siamo in grado di reggere, invece di alterarle, chiamiamo un membro di NA. È probabile che abbia avuto un'esperienza simile e possa dirci cosa ha funzionato per lui. Condividendo impariamo come fare. Ricorda: un dipendente da solo è in cattiva compagnia.

I Dodici Passi, i nuovi amici e gli sponsor insieme ci aiutano ad affrontare queste emozioni. In NA le nostre gioie sono moltiplicate condividendo le buone giornate e le nostre sofferenze alleviate condividendo quelle cattive. Per la prima volta in vita nostra non dobbiamo sperimentare qualcosa da soli. Ora che abbiamo il gruppo, diveniamo capaci di sviluppare un rapporto con un Potere Superiore che possa essere sempre con noi.

Ti suggeriamo di scegliere uno sponsor non appena conosci i membri della tua zona. Ricevere la richiesta di sponsorizzazione da un nuovo membro è un privilegio, quindi non esitare di chiedere a qualcuno. La sponsorizzazione è un'esperienza gratificante per entrambi: tutti siamo qui per aiutare ed essere aiutati. Noi che stiamo recuperando dobbiamo dividere con te ciò che abbiamo appreso, per continuare a crescere nel programma di NA e per conservare la capacità di andare avanti senza droghe.

Questo programma dona speranza. Tutto quello che devi portare con te è il desiderio di smettere di usare e la buona volontà di provare questo nuovo modo di vivere.

Vieni alle riunioni, ascolta con la mente aperta, fai domande, chiedi numeri di telefono e usali. Rimani pulito solo per oggi.

Desideriamo ricordarti che questo è un programma *in anonimato* e che il tuo sarà salvaguardato con la massima riservatezza. “Non siamo interessati a cosa e a quanto hai usato, da chi ti rifornivi, a quello che hai fatto in passato o alla tua condizione economica, ma solo a quello che vuoi fare per il tuo problema e a come ti possiamo aiutare”.